

Розділ II

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ТА МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ

УДК 378:796.412

Быстрая И.И.,

*преподаватель кафедры физического воспитания
Гуманитарного института
Киевского университета имени Бориса Гринченко;*

Морозова С.Н.,

*старший преподаватель кафедры физического воспитания
Гуманитарного института
Киевского университета имени Бориса Гринченко*

СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ, ОТБОР И КОМПЛЕКТОВАНИЕ ГРУПП СТУДЕНТОВ В НАПРАВЛЕНИИ СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКИ

В статье рассмотрены вопросы спортивной ориентации, отбора и комплектования групп студентов как разновидности профессионального отбора, представляющего собой систему средств и методов выявления лиц, природные особенности которых отвечают требованиям определенного вида спорта, в частности спортивной аэробики.

Ключевые слова: *отбор, спортивная аэробика, студенты, спортивная ориентация.*

Актуальность проблемы. Фантастические спортивные результаты, показанные студентами сборных команд по спортивной аэробике

ке таких городов, как Харьков, Винница, Киев и целым рядом других спортсменов на универсиадах делают проблему отбора в высшей степени актуальной. В то же время возникает много вопросов: «Результатом каких методов стал такой высококачественный отбор?», «Какими методическими приемами, способами студенты были ориентированы на идеальный выбор специализации?»

Современный этап развития занятий спортивной и оздоровительной аэробикой, которая является сложнокоординационным видом спорта, характеризуется значительной популярностью среди молодежи, пришедшей из других видов спорта.

Проблема и ее решение. Проблема отбора «спортивных студентов», способных добиться высоких результатов, превратилась в самостоятельное научное направление, имеющее свою теорию, методологию, средства, элементы регламентации, контроля и коррекции.

Анализ публикаций свидетельствует о том, что проблема отбора студентов в спортивные секции является мотивацией к разработке методических приемов в этой сфере. Успешно работают теоретико-методические положения решения проблемы отбора, предложенные профессором В.Н. Платоновым [2].

В спортивной аэробике, как виде спорта со сложной координационной структурой движений, тренеры также находят специфические критерии спортивной пригодности и перспективности. Один из них — это баланс, который, по определению профессора В.П. Коркина и доцента А.В. Тишлера, дается далеко не всем [3]. Поэтому проблема отбора студентов высших учебных заведений для спортивной аэробики стоит крайне остро и решается медленно. Причин много: рост сложности упражнений для различных структурных групп, повышение трудности соревновательных программ, а также требований к психологической и биомеханической совместимости спортсменов-партнеров, годы напряженных занятий и соревнований, большие тренировочные нагрузки, да и просто «нехватка рабочих рук» для глубокого научно-практического решения проблемы.

Цель работы: изучить элементы теории и практики спортивной ориентации, спортивного отбора и комплектования групп по спортивной аэробике.

Методы исследований: структурно-функциональный анализ состояния проблемы отбора в теории и практике неолимпийских видов спорта; наблюдения, беседы, анкета и эксперимент.

Результаты исследований. В спортивной аэробике процесс отбора в студенческие секции проводится в трех взаимосвязанных направ-

лениях: спортивной ориентации, спортивного отбора и комплектования групп, что в основном соответствует существующей методологии системы отбора [4]. Разработанные требования по видам спортивной аэробики к тренерам направлены на овладение знаниями об аэробике как учебной, научной и спортивной дисциплине, ее современных научно-методических и практических достижениях, особенностях развития классификационных, учебных и тренировочных программ, возрастных особенностях биологического, двигательного, психического и функционального развития занимающихся. Тренер обязан знать технику выполнения спортивных упражнений, владеть методами и средствами обучения и спортивной подготовки, анализировать и оценивать эволюцию правил соревнований.

Занимающийся должен быть здоровым, гармонично развитым, эффективно овладевать акробатическими прыжками, стабильно и надежно выполнять упражнения на тренировочных занятиях и соревнованиях. В спортивной ориентации для групповых занятий тренеру следует руководствоваться такими требованиями: хорошее здоровье, гармоничное физическое развитие, соответствующие весо-ростовые характеристики, возраст, желание заниматься в секциях. Преподаватель должен уметь соотносить требования видов спортивной аэробики с биологическим, психическим, двигательным, функциональным развитием конкретного юноши или девушки, а именно обращать внимание на такие показатели: уровень развития быстроты движений, прыгучести, реактивности, гибкости, ловкости, абсолютной и относительной силы, чувства времени и пространства, координации движений, статического и динамического равновесий, балансирования в системе взаимодействующих тел, обучаемость спортивным упражнениям, стабильность выполнения упражнений на тренировочных занятиях и соревнованиях, психическая устойчивость, трудолюбие, уверенность, ответственность, обязательность, целенаправленность, творчество, коммуникабельность и др.

Необходимо быть уверенными в том, что динамика изменений в организме спортсмена под воздействием обучения, тренировочных занятий и соревнований принесет высокие спортивные результаты. Тренер должен реально представлять, что спортивная подготовка — это длительный процесс с постоянным доукомплектованием учебно-тренировочных групп, задачей раскрыть способности занимающегося, его одаренность, выяснить, как быстро и прочно формируются его двигательные умения и навыки, оценить, как ведет себя студент в обстановке соревнований. Для этого можно воспользоваться хорошо зарекомендо-

вавшей себя профессиограммой, которая заполняется на конкретного спортсмена.

На основании анализа спортивных биографий и спортивных результатов студентов в юношеские годы можно искать и находить сочетания уникальных психомоторных и сенсомоторных способностей, определять динамические модели спортивной ориентации, разрабатывать тренировочные программы, исследовать положительные аспекты соревновательной деятельности, не повторять допущенные ошибки.

Рост тела спортсмена, размер стопы, кисти и прочее являются элементами ориентации для выбора вида спорта. Следует обращать внимание также на движения, которые могут объективно свидетельствовать о сенсомоторной координации, физическом развитии и подготовке, о качествах личности (организован, трудолюбив, ответственный, энергичен, целенаправлен и др.), свойствах нервной системы (сила, баланс, подвижность, лабильность, динамичность). Важное значение для решения целей и задач спортивной ориентации имеет состояние спортивной науки, наличие передовых дидактических технологий обучения и подготовки.

Выводы. Алгоритм ориентации, отбора и комплектования студенческих групп базируется на теории профессиональной ориентации. Спортивная ориентация, отбор и комплектование студенческих групп по спортивной аэробике рассматриваются как целенаправленная система, основу которой составляют современные научные факты, методические положения и практические достижения. Выделенные и изученные научные факты позволяют решать отдельные проблемы и задачи спортивной ориентации и подготовки студентов как спортсменов. Исследованная система тестов решения проблемы спортивной ориентации, отбора и комплектования студенческих групп построена на учете специфики двигательной деятельности в аэробике. Большая часть из них имеет средние и высокие коэффициенты корреляции, характеризующие их информативность, надежность, стабильность. Тесты позволяют оценить психомоторные свойства участников процесса спортивной подготовки, сенсомоторную координацию, качества личности, свойства нервной системы, моторное обучение, творчество, физическое развитие, физическую и техническую подготовку, компетентность, совместимость.

Источники

1. Великие спортсмены XX века. — М. : Мартин, 2003. — С. 52–55.
2. Платонов В.Н. Отбор и ориентация спортсменов в системе многолетней подготовки / В.Н. Платонов // Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. — К. : Олимпийская л-ра, 2004. — С. 524–558.
3. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант / Л.В. Волков. — К. : Вежа, 1997. — С. 46–83.
4. Шинкарук О. Современный взгляд на систему отбора спортсменов в олимпийском спорте / О. Шинкарук // XII Международный научный конгресс «Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех». — М. : Физическая культура, 2008. — Т. 1. — С. 171–172.
5. Гаввердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю.К. Гаввердовский. — М. : Физкультура и спорт, 2007. — С. 460–462.

У статті розглянуто питання спортивної орієнтації, відбору та комплектування груп студентів як різновиду професійного відбору, що являє собою систему засобів і методів виявлення осіб, природні особливості яких відповідають вимогам виду спорту, зокрема спортивної аеробіки.

Ключові слова: відбір, спортивна аеробіка, студенти, спортивна орієнтація.

The article deals with the issues of sports orientation, sports selection and setting students' groups as the ways of professional selection which represents the system of means and methods of persons' differentiation whose natural features according to the requirements of the sport, sports aerobics in particular.

Key words: selection, sports aerobics, students, sports orientation.